

ANNEXOS

TREBALL DE FINAL DE GRAU DE PSICOLOGIA

SOLER FREIXER, Griselda

4t del Grau de Psicologia

Tutor: Julio Figueroa

Treball Final de Grau

Facultat d'Educació, Traducció i Ciències Humanes

Universitat de Vic

Vic, maig del 2014

Índex

| | |
|---|----|
| 1. Plantilla del qüestionari CBAS | 3 |
| 2. Plantilla del qüestionari sobre la conducta de l'entrenador..... | 4 |
| 3. Exemple d'un registre conductual d'entrenador amb el CBAS | 6 |
| 4. Exemple d'un qüestionari respost per un jugador sobre la conducta de l'entrenador | 7 |
| 4.1. Resposta d'un esportista de sexe masculí..... | 7 |
| 4.2. Resposta d'un esportista de sexe femení | 9 |
| 5. Registre narratiu i conductual dels entrenadors | 11 |

1. Plantilla del questionari CBAS

Hoja de registro C.B.A.S.

ENTRENADOR: _____

EQUIPO LOCAL: _____

Fecha: / /

EQUIPO VISITANTE: _____

RESULTADO: _____

| | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | total |
|--------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-------|
| - part | | | | | | | | | | | |
| R+ | | | | | | | | | | | |
| NR+ | | | | | | | | | | | |
| AE | | | | | | | | | | | |
| ITE | | | | | | | | | | | |
| P | | | | | | | | | | | |
| ITP | | | | | | | | | | | |
| IE | | | | | | | | | | | |
| MC | | | | | | | | | | | |
| ITG | | | | | | | | | | | |
| AG | | | | | | | | | | | |
| OG | | | | | | | | | | | |
| CG | | | | | | | | | | | |
| otras | | | | | | | | | | | |

2. Plantilla del qüestionari sobre la conducta de l'entrenador

Sexe: Masculí Femení

Edat: __

| | | | |
|----|--|----|----|
| 1 | Vas als entrenaments motivat i amb ganes d'aprendre gràcies a que l'entrenador t'anima i estar disposat a ensenyar-te. | SÍ | NO |
| 2 | Et motiva que l'entrenador reconegui una bona jugada o una acció correcta. | SÍ | NO |
| 3 | Quan comets un error l'entrenador t'explica què has fet malament per corregir-ho. | SÍ | NO |
| 4 | Que l'entrenador expliqui l'objectiu de l'exercici et serveix per concentrar-te en el què has de fer. | SÍ | NO |
| 5 | Quan falles una acció i l'entrenador et renya la pròxima vegada tens por a fallar. | SÍ | NO |
| 6 | Que l'entrenador et felicit o reconegui una "bona jugada" et serveix per aprendre. | SÍ | NO |
| 7 | Quan fas una acció correctament i l'entrenador et felicita intentes fer-la una pròxima vegada. | SÍ | NO |
| 8 | Quan l'entrenador anima a l'equip durant l'entrenament o la competició és útil per l'equip. | SÍ | NO |
| 9 | Durant l'entrenament o la competició l'entrenador et recorda els diferents moviments o tàctiques que has de seguir i això t'ajuda a saber què fer davant una situació. | SÍ | NO |
| 10 | Aprrens quan l'entrenador et deixa practicar en els entrenaments o competicions i no et rectifica. | SÍ | NO |
| 11 | Et serveix d'aprenentatge que l'entrenador t'animi després d'haver comès un error. | SÍ | NO |
| 12 | Que l'entrenador et cridi sempre que fas algu malament fa que tinguis ganes d'esforçar-t'hi la pròxima vegada. | SÍ | NO |
| 13 | El fet d'obtenir una recompensa fa que tinguis més ganes d'aprendre. | SÍ | NO |
| 14 | Quan sents que l'entrenador es dirigeix a l'equip cridant "molt bé" durant l'entrenament o la competició t'ajuda a identificar què esteu fent bé. | SÍ | NO |

| | | | |
|----|--|----|----|
| 15 | Quan fas una cosa malament i l'entrenador et crida et desmotiva i fa que perdis la confiança en tu mateix/a. | SÍ | NO |
| 16 | Que l'entrenador t'estigui renyant sempre fa que tinguis ganes d'aprendre els aspectes tècnics i tàctics. | SÍ | NO |
| 17 | Davant una acció que no saps fer et serveix d'ajuda que l'entrenador sense corregir-te t'ho faci repetir fins que et surti bé. | SÍ | NO |
| 18 | Si alguna cosa no et surt l'entrenador t'ho explica i no et deixa fins que ho aconseguixes. | SÍ | NO |
| 19 | Que l'entrenador especifiqui bé l'exercici explicant cada moviment que s'ha de fer i perquè és important t'ajuda a fer-te una idea i tot seguit ho intentes posar en pràctica. | SÍ | NO |
| 20 | Que l'entrenador et proporcioni informació sobre el què fas durant o després de l'entrenament o la competició t'ajuda a treballar bé. | SÍ | NO |
| 21 | Que l'entrenador rectifica un moviment o una mala jugada et serveix per fer-ho bé la pròxima vegada. | SÍ | NO |
| 22 | Quan l'entrenador t'anima després d'haver comès un error et fa sentir que confia en tu. | SÍ | NO |

Moltes gràcies.

3. Exemple d'un registre conductual d'entrenador amb el CBAS

01/02/01

Hoja de registro C.B.A.S.

ENTRENADOR: 'X3'

Fecha: 21/11/13

EQUIPO LOCAL:

RESULTADO:

EQUIPO VISITANTE:

| part | Escalament 0 | 4 ^{ta} ex. 1 | canvi ex. 3 ex. 2 | 4 ^{ta} ex. 3 | 5 ^è ex. xuts 4 | Fuol 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | total |
|-------|-----------------|--------------------------|----------------------|--------------------------|------------------------------|-----------|---|---|---|---|-------|
| R+ | | | | | | | | | | | |
| NR+ | | | | | | | | | | | |
| AE | | | | | | | | | | | |
| ITE | | | | | | | | | | | |
| P | | | | | | | | | | | |
| ITP | | | | | | | | | | | |
| IE | | | | | | | | | | | |
| MC | | | | | | | | | | | |
| ITG | | | | | | | | | | | |
| AG | | | | | | | | | | | |
| OG | | | | | | | | | | | |
| CG | | | | | | | | | | | |
| otras | | | | | | | | | | | |

4. Exemple d'un qüestionari respost per un jugador sobre la conducta de l'entrenador

4.1. Resposta d'un esportista de sexe masculí

Qüestionari per a esportistes

Sexe: Masculí Femení

Edat: 20

| | | | |
|----|--|---------------|---------------|
| 1 | Vas als entrenaments motivat i amb ganes d'aprendre gràcies a que l'entrenador t'anima i estar disposat a ensenyar-te. | SÍ | NO |
| 2 | Et motiva que l'entrenador reconegui una bona jugada o una acció correcta. | SÍ | NO |
| 3 | Quan comets un error l'entrenador t'explica què has fet malament per corregir-ho. | SÍ | NO |
| 4 | Que l'entrenador expliqui l'objectiu de l'exercici et serveix per concentrar-te en el què has de fer. | SÍ | NO |
| 5 | Quan falles una acció i l'entrenador et renya la pròxima vegada tens por a fallar. | SÍ | NO |
| 6 | Que l'entrenador et felicit o reconegui una "bona jugada" et serveix per aprendre. | SÍ | NO |
| 7 | Quan fas una acció correctament i l'entrenador et felicita intentes fer-la una pròxima vegada. | SÍ | NO |
| 8 | Quan l'entrenador anima a l'equip durant l'entrenament o la competició és útil per l'equip. | SÍ | NO |
| 9 | Durant l'entrenament o la competició l'entrenador et recorda els diferents moviments o tàctiques que has de seguir i això t'ajuda a saber què fer davant una situació. | SÍ | NO |
| 10 | Aprens quan l'entrenador et deixa practicar en els entrenaments o competicions i no et rectifica. | SÍ | NO |
| 11 | Et serveix d'aprenentatge que l'entrenador t'animi després d'haver comès un error. | SÍ | NO |
| 12 | Que l'entrenador et cridi sempre que fas algu malament fa que tinguis ganes d'esforçar-t'hi la pròxima vegada. | SÍ | NO |
| 13 | El fet d'obtenir una recompensa fa que tinguis més ganes d'aprendre. | SÍ | NO |
| 14 | Quan sents que l'entrenador es dirigeix a l'equip cridant "molt bé" durant l'entrenament o la competició t'ajuda a identificar què esteu fent bé. | SÍ | NO |
| 15 | Quan fas una cosa malament i l'entrenador et crida et desmotiva i fa que perdís la confiança en tu mateix/a. | SÍ | NO |

| | | | |
|----|--|---------------|---------------|
| 16 | Que l'entrenador t'estigui renyant sempre fa que tinguis ganes d'aprendre els aspectes tècnics i tàctics. | SÍ | NO |
| 17 | Davant una acció que no saps fer et serveix d'ajuda que l'entrenador sense corregir-te t'ho faci repetir fins que et surti bé. | SÍ | NO |
| 18 | Si alguna cosa no et surt l'entrenador t'ho explica i no et deixa fins que ho aconsegueixes. | SÍ | NO |
| 19 | Que l'entrenador especifiqui bé l'exercici explicant cada moviment que s'ha de fer i perquè és important t'ajuda a fer-te una idea i tot seguit ho intentes posar en pràctica. | SÍ | NO |
| 20 | Que l'entrenador et proporcioni informació sobre el què fas durant o després de l'entrenament o la competició t'ajuda a treballar bé. | SÍ | NO |
| 21 | Que l'entrenador rectifica un moviment o una mala jugada et serveix per fer-ho bé la pròxima vegada. | SÍ | NO |
| 22 | Quan l'entrenador t'anima després d'haver comès un error et fa sentir que confia en tu. | SÍ | NO |

Moltes gràcies.

DE RES!

4.2. Resposta d'un esportista de sexe femení

Qüestionari per a esportistes

Sexe: Masculí Femení

Edat: 22

| | | | |
|----|--|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 1 | Vas als entrenaments motivat i amb ganes d'aprendre gràcies a que l'entrenador t'anima i estar disposat a ensenyar-te. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | <input type="radio"/> NO |
| 2 | Et motiva que l'entrenador reconegui una bona jugada o una acció correcta. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | <input type="radio"/> NO |
| 3 | Quan comets un error l'entrenador t'explica què has fet malament per corregir-ho. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | <input type="radio"/> NO |
| 4 | Que l'entrenador expliqui l'objectiu de l'exercici et serveix per concentrar-te en el què has de fer. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | <input type="radio"/> NO |
| 5 | Quan falles una acció i l'entrenador et renya la pròxima vegada tens por a fallar. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | <input type="radio"/> NO |
| 6 | Que l'entrenador et felicit o reconegui una "bona jugada" et serveix per aprendre. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | <input type="radio"/> NO |
| 7 | Quan fas una acció correctament i l'entrenador et felicita intentes fer-la una pròxima vegada. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | <input type="radio"/> NO |
| 8 | Quan l'entrenador anima a l'equip durant l'entrenament o la competició és útil per l'equip. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | <input type="radio"/> NO |
| 9 | Durant l'entrenament o la competició l'entrenador et recorda els diferents moviments o tàctiques que has de seguir i això t'ajuda a saber què fer davant una situació. | <input type="radio"/> SÍ | <input checked="" type="radio"/> NO |
| 10 | Aprèn quan l'entrenador et deixa practicar en els entrenaments o competicions i no et rectifica. | <input type="radio"/> SÍ | <input checked="" type="radio"/> NO |
| 11 | Et serveix d'aprenentatge que l'entrenador t'animi després d'haver comès un error. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | <input type="radio"/> NO |
| 12 | Que l'entrenador et cridi sempre que fas algu malament fa que tinguis ganes d'esforçar-t'hi la pròxima vegada. | <input type="radio"/> SÍ | <input checked="" type="radio"/> NO |
| 13 | El fet d'obtenir una recompensa fa que tinguis més ganes d'aprendre. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | <input type="radio"/> NO |
| 14 | Quan sents que l'entrenador es dirigeix a l'equip cridant "molt bé" durant l'entrenament o la competició t'ajuda a identificar què esteu fent bé. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | <input type="radio"/> NO |
| 15 | Quan fas una cosa malament i l'entrenador et crida et desmotiva i fa que perdís la confiança en tu mateix/a. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | <input type="radio"/> NO |

| | | | |
|----|--|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 16 | Que l'entrenador t'estigui renyant sempre fa que tinguis ganes d'aprendre els aspectes tècnics i tàctics. | SÍ | <input checked="" type="radio"/> NO |
| 17 | Davant una acció que no saps fer et serveix d'ajuda que l'entrenador sense corregir-te t'ho faci repetir fins que et surti bé. | SÍ | <input checked="" type="radio"/> NO |
| 18 | Si alguna cosa no et surt l'entrenador t'ho explica i no et deixa fins que ho aconseguixes. | SÍ | <input checked="" type="radio"/> NO |
| 19 | Que l'entrenador especifiqui bé l'exercici explicant cada moviment que s'ha de fer i perquè és important t'ajuda a fer-te una idea i tot seguit ho intentes posar en pràctica. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | NO |
| 20 | Que l'entrenador et proporcioni informació sobre el què fas durant o després de l'entrenament o la competició t'ajuda a treballar bé. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | NO |
| 21 | Que l'entrenador rectifica un moviment o una mala jugada et serveix per fer-ho bé la pròxima vegada. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | NO |
| 22 | Quan l'entrenador t'anima després d'haver comès un error et fa sentir que confia en tu. | <input checked="" type="radio"/> SÍ | NO |

Moltes gràcies.

5. Registre narratiu i conductual dels entrenadors

En els registres que es mostren tot seguit no apareixen totes les conductes observades, sinó les més significatives o que s'han donat en més ocasions.

| Entrenador masculí (X1) | |
|---|--|
| Reforç positiu (R+) | Al acabar una part del partit els diu que ho han fet molt bé en l'últim contraatac. Premi en els xuts. Qui encerta pot repetir. - "¡Muy bien!" |
| No reforç (NR) | Quan fan gol |
| Ànim a l'error (AE) | |
| Instrucció tècnica a l'error (ITE) | Para l'entrenament per explicar-los què fan malament i els corregeix a través de la representació dels moviments. Corregeix la postura del porter després d'un gol. |
| Càstig (P) | Renya a un jugador després d'un gol en contra. |
| Instrucció tècnica punitiva (ITP) | - "X', de sis xuts només un ha anat a porteria, si o no?" - "X' per favor... són coses que us les van ensenyar a mini" |
| Ignorar error (IE) | |
| Mantenir control (MC) | |
| Instrucció tècnica general (ITG) | - "Atacad directo entre los dos" - "Si viene por este lado, tienes que ir para el otro" - "Más rápido" |
| Ànim general (AG) | - "Vamos, vamos!" - "¡Seguimos así!" |
| Organització general (OG) | Distribueix els jugadors en un lloc determinat de la pista per explicar i posteriorment dur a terme l'exercici. |
| Comunicació general (CG) | |

| Entrenador masculí (X2) | |
|---|--|
| Reforç positiu (R+) | Xoca la mà a un jugador que ha fet gol. |
| No reforç (NR) | Davant les parades del porter Quan xuten a porteria Quan fan gol |
| Ànim a l'error (AE) | - <i>"Venga, ¡esos pases!"</i> I pica de mans per animar |
| Instrucció tècnica a l'error (ITE) | Després de gol explica als porters com ho han de fer. |
| Càstig (P) | - Dirigint-se al porter: <i>"¡Te metes en la porteria o te vas para tu casa!"</i> |
| Instrucció tècnica punitiva (ITP) | - <i>"Después pasa lo que te pasa... Te mueves o no te mueves?"</i> - <i>"¿Damos un paseo por el parque? ¿Cuántos pasos harás, cinco?"</i> - <i>"¡X, la porteria está aquí eh!"</i> - <i>"¡No sueltes la pelota joder!"</i> |
| Ignorar error (IE) | Pèrdua de pilota Quan els jugadors caminen en un contraatac de l'equip contrari (no es defensa) |
| Mantenir control (MC) | |
| Instrucció tècnica general (ITG) | - <i>"Estirem, estirem bé després de la carrera"</i> |
| Ànim general (AG) | |
| Organització general (OG) | L'entrenador guia els estiraments i els explica què estan estirant en cada moment i perquè serveix. |
| Comunicació general (CG) | Es preocupa per un jugador que li fa mal la cama |

| Entrenador femení (X3) | |
|---|---|
| Reforç positiu (R+) | - <i>"Muy bien!"</i> La majoria de vegades reforça a les jugadores dient-los el nom Aplaudeix davant una parada de la portera |
| No reforç (NR) | Quan fan gol Parada de la portera Quan una jugadora talla una pilota de l'equip contrari |
| Ànim a l'error (AE) | Pica de mans per animar - <i>"Claro que puedes"</i> |
| Instrucció tècnica a l'error (ITE) | En el gol en contra dóna indicacions |
| Càstig (P) | - <i>"¡No puede ser que nos hayan metido siete goles!" ... "Una tía que no hizo nada nos ha metido dos" ... "¡ostia con esa defensa!"</i> |
| Instrucció tècnica punitiva (ITP) | - <i>"X tía, vamos ¡espabila!"</i> |
| Ignorar error (IE) | Males passades Pèrdues de pilota Quan els fan gol Quan l'àrbitre ensenya una targeta a una jugadora per l'actitud (havia de deixar la pilota a terra i l'ha llançat) |
| Mantenir control (MC) | - <i>"Sht... (fent-les callar) escuchádmeme va"</i> - <i>"¿Os tenéis que poner tan juntas 'X'?"</i> I les fa separar |
| Instrucció tècnica general (ITG) | |
| Ànim general (AG) | - <i>"¡Vamos, vamos!"</i> - <i>"¡Bien, bien!"</i> |
| Organització general (OG) | Explica què faran durant la sessió d'entrenament. |
| Comunicació general (CG) | Diàleg previ a l'entrenament L'entrenador els hi demana a les noies com els hi van els estudis (època d'exàmens) |